



PENYULUHAN STUNTING DAN PELATIHAN PEMBUATAN PMT DI KELURAHAN JAWA KECAMATAN SAMARINDA ULU

**Muhammad Ikhsan Al Azhar¹, Misa Savitri², Ummy al Mughni³, Ziqry Bilhaq⁴,
Novi Milasari^{5*}, Ameliora Dwi Astani⁶**

^{1,2,3,4,5,6}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Jl. A.W. Syahrane No.226 Samarinda

*Email: novimilasari25@gmail.com

ABSTRAK

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (WHO, 2015). Menurut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kemenkes, prevalensi stunting balita di Kalimantan Timur mencapai 23,9% dan menempati peringkat 16 tertinggi secara Nasional pada tahun 2022. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita dan ibu hamil. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan pengetahuan warga Kelurahan Jawa tentang stunting dan upaya pencegahan stunting pada balita. Pelaksanaan penyuluhan stunting dilakukan pada tanggal 15 September 2023. Adapun lokasi penyuluhan di salah satu rumah warga RT.19 Kelurahan Jawa, Kecamatan Samarinda Ulu. Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan dan pelatihan pembuatan PMT. Metode penyuluhan dilakukan dengan cara pemberian materi tentang stunting, selanjutnya dilakukan Pelatihan Pembuatan PMT bola-bola ikan kembung. Bahan yang digunakan adalah tahu, ikan kembung, tepung, tepung roti, garam, masako, wortel, bawang, minyak dan telur sedangkan alat yang digunakan adalah wajan, sutil, kompor gas, dan baskom. Metode yang digunakan adalah metode pelatihan. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita dan ibu hamil. Kegiatan PMT tersebut perlu disertai dengan edukasi gizi dan kesehatan untuk perubahan perilaku misalnya dengan dukungan pemberian ASI, edukasi dan konseling pemberian makan, kebersihan serta sanitasi untuk keluarga Hasil penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa masyarakat lebih memahami dan mengerti tentang stunting dan cara mencegah agar anak tidak terkena stunting memahami pentingnya PMT dan mampu mengolah makanan tambahan secara mandiri dirumah.

Kata kunci: Penyuluhan Stunting, Pelatihan Pembuatan PMT, Kelurahan Jawa

PENDAHULUAN

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (WHO, 2015). Penyebab stunting dapat dikelompokkan penyebab langsung dan tidak langsung pemberian kolostrum dan ASI eksklusif, pola konsumsi anak, dan penyakit infeksi yang diderita anak menjadi faktor penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi anak dan bisa berdampak pada stunting. Sedangkan penyebab tidak langsungnya adalah akses dan ketersediaan bahan makanan serta sanitasi dan kesehatan lingkungan (Rosha et al., 2020).

Balita merupakan salah satu kelompok yang rentan untuk mengalami masalah kekurangan gizi dan sering berkaitan dengan kurang energi protein dalam jangka waktu yang lama. Pemberian Makanan Tambahan dapat berupa jajanan sehat sehingga membantu pemenuhan kebutuhan gizi balita karena balita cenderung menyukai makanan yang manis (Permatasari, 2018).

Menurut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting balita di Kalimantan Timur mencapai 23,9% pada tahun 2022. Provinsi Kalimantan Timur berada di peringkat ke-16 tertinggi secara nasional. Prevalensi balita stunting di Kalimantan timur pada tahun 2022 naik 1,1 poin dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2021, prevalensi balita stunting di Kalimantan Timur sebesar 22,8%.

Menurut Kemenkes RI 2021, prevalensi kejadian Stunting di Provinsi Kalimantan Timur pada tahun 2019 hingga 2021 mengalami penurunan secara bertahap. Namun mengenai permasalahan gizi di Kalimantan Timur mencakup permasalahan gizi kronis-akut. Status gizi kronis akut di Kalimantan Timur menunjukkan banyaknya jumlah balita yang mengalami kekurangan gizi dalam kurun waktu yang lama, dan dikatakan juga untuk prevalensi balita kurus sebesar 8,1% di tahun 2021, hal tersebut dikarenakan pola asuh keluarga, faktor ibu, faktor infeksi yang tidak ditangani dengan serius, dan lain sebagainya. Kota Samarinda sebagai ibukota Kalimantan Timur memiliki prevalensi

status gizi stunting (pendek dan kurus) sebesar 21,6% dan 6.1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada Balita dan ibu hamil. Kegiatan PMT tersebut perlu disertai dengan edukasi gizi dan kesehatan untuk perubahan perilaku misalnya dengan dukungan pemberian ASI, edukasi dan konseling pemberian makan, kebersihan serta sanitasi untuk keluarga.

Kegiatan PMT ini berbahan pangan lokal yang diharapkan bisa membuat mendorong kemandirian pangan dan gizi keluarga secara terus menerus agar tidak terus memanfaatkan produk luar. Indonesia merupakan negara terbesar ketiga di dunia dalam keragaman hayati. Setidaknya terdapat 77 jenis sumber karbohidrat, 30 jenis ikan, 6 jenis daging, 4 jenis unggas; 4 jenis telur, 26 jenis kacang-kacangan, 389 jenis buah-buahan, 228 jenis sayuran, dan 110 jenis rempah dan bumbu (Badan Ketahanan Pangan, 2020 dan Neraca Bahan Makanan, 2022). Berdasarkan data berikut membuktikan bahwa Indonesia memiliki kekayaan pangan yang beragam sehingga bisa dimanfaatkan untuk perbaikan gizi ibu hamil dan balita. Namun demikian dari banyaknya ragam bahan pangan yang ada belum bisa dimanfaatkan secara maksimal sebagai makanan tambahan yang berguna untuk perbaikan gizi sehingga mengurangi angka stunting yang ada di Indonesia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis akan memberikan penyuluhan tentang stunting dan pelatihan pembuatan PMT bola-bola ikan kembung yang lebih kaya akan nutrisi dan mudah untuk diolah secara mandiri dirumah karena bentuk PMT yang sering diberikan hanya dalam bentuk biskuit sehingga kebutuhan gizi balita yang diperlukan tidak mencukupi.

BAHAN DAN METODE

Pelaksanaan Penyuluhan Stunting dan Pelatihan Pembuatan PMT dilakukan pada tanggal 15 September 2023. Adapun lokasi penyuluhan di salah satu rumah warga RT.19

Kelurahan Jawa, Kecamatan Samarinda Ulu. Metode penyuluhan dilakukan dengan cara pemberian materi dengan cara memaparkan bahaya stunting dan pentingnya gizi untuk anak. Peserta pada kegiatan ini adalah masyarakat yang terdiri ibu-ibu perwakilan TP PKK, Kader Posyandu, Ibu-ibu dasawisma, dan warga RT 19 dengan jumlah 50 orang. Selanjutnya dilakukan Pelatihan Pembuatan PMT bola-bola ikan kembung.

Alat yang digunakan, yaitu wajan, kompor, spatula, wadah, parutan keju. Bahan yang digunakan juga mudah diperoleh yaitu ikan kembung, wortel, tahu, daun bawang, bawang merah, bawang putih, telur, tepung roti, penyedap rasa, merica, minyak. Cara pembuatan PMT Bola-Bola Ikan Kembung yaitu dengan cara cuci bersih ikan kembung, daun bawang, wortel dan pisahkan bawang merah, bawang putih, wortel dari kulit luarnya. Setelah dicuci bersih potong dan rebus ikan kembung dan tahu selanjutnya ikan kembung dan tahu yang sudah direbus di haluskan. Serta wortel yang sudah dibersihkan diparut dengan parutan keju setelah itu daun bawang, bawang merah dan bawang putih dipotong-potong kecil. Tumis bawang merah dan bawang putih yang sudah dipotong tipis-tipis sampai harum, kemudian tambahkan ikan kembung, tahu, wortel, dan daun bawang, yang sudah dihancurkan dan di tumis kembali. Adonan yang sudah ditumis ditambahkan sedikit tepung terigu dan diaduk sampai kalis, setelah itu dibulatkan seperti bola-bola kecil. Setelah dibulatkan menjadi bola-bola kecil dimasukkan ke dalam kocokan telur dan dibaluri tepung roti lalu digoreng sampai coklat keemasan dan ditiriskan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Penyuluhan Stunting dan Pelatihan pembuatan PMT bola-bola ikan kembung dilaksanakan pada tanggal 15 September 2023. Adapun lokasi penyuluhan di salah satu rumah warga RT.19 Kelurahan Jawa, Kecamatan Samarinda Ulu. Peserta pada kegiatan ini adalah masyarakat yang terdiri ibu-ibu perwakilan TP PKK, Kader Posyandu, Ibu-ibu dasawisma, dan warga RT 19 dengan jumlah 50 orang.



Gambar 1. Pelatihan dan foto bersama setelah presentasi

Narasumber pada kegiatan ini adalah dosen, pemateri, dan mahasiswa STIKES Samarinda yang berjumlah 7 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dilakukan setelah mendapat izin dari Lurah Kelurahan Jawa. Mahasiswa melakukan berbagai persiapan seperti menyediakan media berupa LCD, laptop, dan PPT. Sebelum dilakukan pelatihan cara pembuatan PMT Bola-Bola Ikan Kembung, peserta diberikan materi tentang stunting dari narasumber.

Penyuluhan stunting dimulai dengan pembukaan dari Ketua RT.19 dan Kasih Kesra Kelurahan Jawa. Setelah itu memasuki acara inti dimana dilaksanakan penyuluhan dengan pemaparan materi mengenai stunting yang berjalan dengan lancar, para ibu-ibu terlihat begitu antusias. Pada saat sesi diskusi, beberapa ibu menanyakan hal-hal yang berkaitan dengan stunting. Peserta menanyakan tentang stunting apakah merupakan penyakit keturunan kemudian pemateri menjelaskan sebagai berikut: stunting bukan merupakan penyakit keturunan namun disebabkan karena kekurangan asupan nutrisi selama masa kehamilan dari 0 hari hingga 1000 hari pertumbuhan atau dikenal dengan golden period. Setelah kegiatan pemaparan materi dan sesi diskusi selesai, selanjutnya dilakukan kegiatan cara pembuatan PMT Bola-Bola Ikan Kembung.

Pembuatan PMT Bola-Bola Ikan Kembung dimulai dengan menyiapkan alat dan bahan. Alat yang digunakan, yaitu wajan, kompor, spatula, wadah, parutan keju. Bahan yang digunakan juga mudah diperoleh yaitu ikan kembung, wortel, tahu, daun bawang, bawang merah, bawang putih, telur, tepung roti, penyedap rasa, merica, minyak. Peserta sangat antusias terlihat dengan banyaknya pertanyaan yang diberikan kepada narasumber dan beberapa peserta ikut membantu proses penggorengan Bola-Bola Ikan Kembung. Kegiatan ini ditutup dengan foto bersama peserta dengan dosen dan mahasiswa STIKES Samarinda.



Gambar 2. Foto bersama setelah pelatihan pembuatan PMT

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah peserta lebih memahami tentang stunting dan pentingnya PMT bagi anak stunting dan mampu mengolah makanan tambahan secara mandiri di rumah. Saran yang diberikan untuk kegiatan ini sebaiknya dilakukan kerja sama dengan perangkat puskesmas terdekat agar peserta lebih banyak yang memperoleh materi dan pelatihan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda, Dosen pembimbing, Pemateri, Lurah Jawa, dan seluruh warga RT.19 Kelurahan Jawa yang telah membantu kelancaran kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Astika, L. permatasari, e. & supriyatna, n. (2020). Pengaruh pola asuh pemberian makan terhadap kejadian stunting pada balita.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021.
- Lawang. AT. 2013. Pembuatan Dispersi Konsentrat Ikan Gabus (*Ophiocephalus Striatus*) Sebagai Makanan Tambahan (Food Supplement).
- RI KK. Pusat Data dan Informasi Kementerian kesehatan RI. Depkes RI [Internet]. 2016;2442– 7659. Available from:www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin.
- Rosha, B. C., Susilowati, A., Amaliah, N., & Permanasari, Y. (2020). Penyebab langsung dan tidak langsung stunting di lima kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor. Buletin Penelitian Kesehatan
- World Health Organization, 2015. Stunting in a nutshell. [online] Available at: <<https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>>